



Rollstuhl-SUP – Sicherheitskonzept

Sicherheitskonzept für Übungsleiter, Trainer
und Organisatoren für SUP beim DRS



Rollstuhl-SUP – Sicherheitskonzept

1. Einleitung

Stand Up Paddler sind Teilnehmer/innen am Wassersport wie andere Segler, Kanuten, Kiter, Wellenreiter und Sportbootfahrer auch. Sie unterliegen wie diese den gesetzlichen Bestimmungen. Im Binnen- und Küstenbereich gelten unterschiedliche Auslegungen des Wegerechts. Auf diese Problematik sollten die Schüler unbedingt aufmerksam gemacht werden. Es besteht beim Stand Up Paddeln keine Führerscheinplicht. Vorrangige Aufgabe der Wassersportschule ist es das nötige Verantwortungsbewusstsein bei den Wassersportteilnehmern zu entwickeln.

Der Übungsleiter/Trainer übernimmt die volle Verantwortung für die Sicherheit der Teilnehmer und aller anderen Personen, die sich in der Nähe eures Angebotes am Strand oder im Wasser aufhalten.

Das bedeutet er muss in der Lage sein Gefahrensituationen auf Grund guter Vorbereitung soweit es irgend geht zu vermeiden. Sollte dennoch einmal eine kritische Situation auftreten so muss diese rechtzeitig erkannt werden und zielgerichtet eingegriffen werden.

Da Stand Up Paddeln ein verhältnismäßig schnell zu erlernender Sport ist, muss ein besonderes Augenmerk auf eine realistische Selbsteinschätzung sowie die Analyse der vorherrschenden Bedingungen gelegt werden. Allen Teilnehmern muss klar sein, dass Welten zwischen dem Paddeln bei einer oder vier Windstärken liegen, bei dem Paddeln auf dem See oder Touren auf dem Fließwasser oder im Flachwasser.

Durch die Bandbreite der Einsatzmöglichkeiten des Sportgeräts ergibt sich eine Vielzahl von Risiken. Diese sollen durch ein intensives Auseinandersetzen mit dem Thema Sicherheit in diesem Kapitel weitestgehend eindämmt werden.

Grundsätzlich dürfen nur speziell geschulte Übungsleiter/Trainer Trainings und Tour Angebote für Rollstuhlfahrern bzw. Menschen mit einer Einschränkung leiten.



Rollstuhl-SUP – Sicherheitskonzept

2. Grundsätzliche Sicherheitsaspekte

2.1 Reviererkundigungen

Grundsätzlich sollte sich jeder Stand Up Paddler egal ob Einsteiger oder Fortgeschrittener mit dem Revier vertraut machen. Es ist die Aufgabe und Pflicht des Übungsleiters, die Teilnehmer über die Gegebenheiten vor Ort zu informieren und mit den wichtigen Sicherheitsaspekten vertraut zu machen. Die dafür notwendigen Informationen lassen sich z.B. bei Einheimischen, bei den Hafenmeistern, bei anderen Wassersportlern (Locals) oder der hiesigen Wassersportstation einholen. Nur so lassen sich wirkungsvoll Situationen vermeiden, in denen man unnötig in Seenot gerät oder andere Wassersportteilnehmer in Gefahr bringt.

2.2 Strömungen

Für die Entstehung von Strömungen gibt es unterschiedliche Ursachen:

- Wind
- Uferformation (inkl. Channels)
- Flusseinmündungen
- Gezeitengewässer
- Sandbänke, Riffe (Untiefen), Engstellen (Meeresengen)
- Temperaturunterschiede im Wasser
- Unterschiedlicher Salzgehalt aufeinandertreffender Wassermassen

Ist in einem Gebiet mit Strömungen zu rechnen (am offenen Meer), gibt es mehrere Möglichkeiten, diese vom Strand aus zu erkennen:

- Schräg im Wasser schwimmende Bojen und Tonnen
- Im Wasser treibende Gegenstände
- Ankernde Boote, die sich deutlich anders als zum Wind ausrichten
- Ruhigere Abschnitte inmitten der Brandungszone ("Kanäle")
- Unruhige, fast auf der Stelle stehende kleine Wellen ("Kabelwasser").

Stellt man auf dem Wasser fest, dass deutliche Abweichungen von einem festgelegten Kurs auftreten, so kann dies ein Hinweis auf eine vorhandene Strömung sein. Ist man in eine Strömung geraten, sollte man auf gar keinen Fall versuchen, direkt gegen die Strömung zu paddeln. Der sicherste und manchmal auch der einzig mögliche Weg ist es quer zu Strömung zu paddeln und so zum nächstgelegenen Ufer bzw. aus der Strömung herauszukommen.

Rollstuhl-SUP – Sicherheitskonzept

2.3 Wind- und Wetterinformationen

Ein weiterer Faktor für die Sicherheit ist die richtige Einschätzung der Wettersituation und deren weiterer Entwicklung. Für einen Einsteiger ist es z.B. bei mehr als vier Windstärken nicht mehr möglich stehend gegen den Wind zu paddeln. Es ist daher sinnvoll, sich bereits vorab im Internet über die Wetterlage zu informieren.

www.windguru.cz

www.windfinder.com

www.wetteronline.de

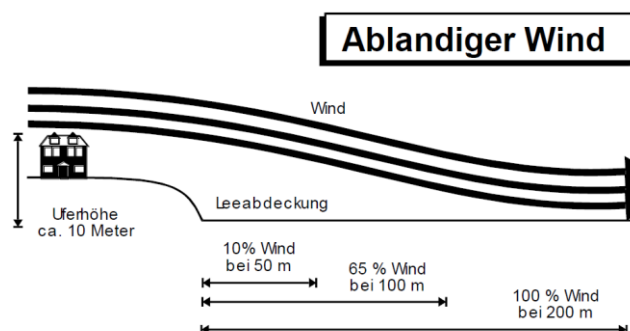
Der Wind kann durch lokale Gegebenheiten (z.B. Düseneffekt, thermische Winde, Fallwinde) stark beeinflusst werden. Daher sollten in neuen Revieren stets Informationen über die örtlichen Gegebenheiten eingeholt werden.

Als Stand Up Paddler interessieren folgende Informationen:

- Ist stark zunehmender Wind vorhergesagt?
- Stehen starke Luftdruckschwankungen bevor?
- Ist mit Gewittertätigkeit zu rechnen?
- Nahen Tiefdruckgebiete mit Temperaturschwankungen und starkem Wind?
- Besteht die Gefahr von Nebel?
- Wann ist mit dem Einsetzen der Dämmerung zu rechnen?

2.4 Ablandiger Wind

Schwierig ist die Beurteilung der Windstärke speziell bei ablandigem Wind. Aufgrund der Abdeckungen im Uferbereich entfaltet er seine volle Stärke erst in einiger Entfernung vom Ufer. Die Fehleinschätzung des ablandigen Windes ist eine der Hauptursachen für Seenotfälle. Stand Up Paddler treiben ab und schaffen es aus eigener Kraft nicht mehr, das Ufer zu erreichen. Außerdem kann man bei ablandigem Wind durch Materialbruch oder Verletzungen wesentlich eher in Seenot geraten als bei anderen Windrichtungen. *Ergänzend siehe Abbildung*



Rollstuhl-SUP – Sicherheitskonzept

2.5 Ab- und Anmelden

Ein wichtiger Grundsatz beim Stand Up Paddeln lautet: Paddle nie allein! Vor allem bei starkem Wind oder Welle kann jeder technische Defekt und das geringste physische Versagen eine kritische Situation hervorrufen.

Am Strand sollte stets jemand darüber informiert sein, dass Ihr auf dem Wasser seid.

Folgende Informationen sollte man dabei hinterlassen:

- Anzahl der Rollstuhlfahrer auf dem SUP;
- geplante Dauer des Ausfluges;
- geplantes Ziel

Rückmelden ist allerdings genauso wichtig wie das Abmelden, damit unnötige Hilfsaktionen vermieden werden.

2.6 Richtige Selbst- und Umwelteinschätzung

Fehleinschätzungen des Fahrkönnens der Gruppe führen immer wieder zu vermeidbaren Rettungsaktionen. Der Rollstuhl- SUP Übungsleiter/Lehrer kann jedoch im Rahmen seiner Tätigkeit dazu beitragen, dass seine Gruppe und andere Paddler ihre Fähigkeiten richtig einschätzen.

Wetter, Wellen, Wind und Strömungen sind von Revier zu Revier und von Tag zu Tag verschieden. 4 Windstärken an der Nordsee sehen anders aus als am Binnen- oder Baggersee. Um sich am Anfang auf die Bedingungen an einem neuen Revier einzustellen sollte man stets Einheimische bzw. erfahrene Wassersportler beobachten oder zu Rate ziehen.

2.7 Material

Die Wahl des Materials orientiert sich an dem Level der Gruppe auf dem Rollstuhl SUP, den Wetterverhältnissen und dem Einsatzbereich des Sportgerätes. Ein dem Wetter und der Wassertemperatur angepasster Kälteschutz (z.B. Neopren, Trockenhose/Jacke oder Trockenanzug) muss benutzt werden. Vor der Übungseinheit/Ausfahrt muss sich der Übungsleiter/Trainer von dem technisch einwandfreien Zustand des Materials überzeugen.

Folgendes sollte überprüft werden:

- Ist das Paddel frei von Schäden, Rissen und auf die richtige Größe eingestellt
- Sitzt die Finne fest und ist intakt
- Ist das Board frei von Schäden und mit dem Gesamtgewicht nicht überladen
- Ist das Inflatable Board dicht und hat ausreichend Druck
- Sind die Automatik-Rettungswesten für die Rollstuhlfahrer gewartet und auf das Körpergewicht der/des jeweiligen Teilnehmers/Teilnehmerin abgestimmt
- Sind die Schwimmwesten der „Fußgänger“ gewartet und auf das Körpergewicht der/des jeweiligen Teilnehmers/Teilnehmerin abgestimmt
- Sind die Rettungswesten und Schwimmhilfen richtig angelegt?
- Ist der Kälteschutz der Teilnehmer gemäß dem Grundsatz "**Dress for water not for air**" ausreichend sichergestellt?
- Verfügt der Trainer über eine angepasste Sicherheitsausrüstung (Kälteschutz, Schwimmhilfe, Pfeife, Handy am Mann, Erste Hilfe Kit, Messer)
- Ist das Rollstuhl-Spannsystem frei von Schäden, vollständig (4 Spanngurte) und richtig montiert? *Siehe Punkt Montageanleitung Rollstuhl-Spannsystem*

Rollstuhl-SUP – Sicherheitskonzept

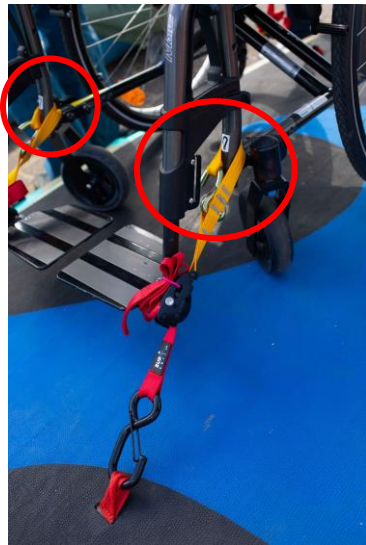
2.8 Montageanleitung Rollstuhl-Spannsystem

Das Rollstuhl-Spannsystem dient zur Fixierung des Rollstuhles auf dem Rollstuhl-SUP. Wichtig ist, dass **nur** der Rollstuhl auf dem Board an vier Punkten fixiert wird, nicht der Teilnehmer. Idealerweise wird das Kraftknotensystem (Verspannaufnahmen) verwendet.

Bei der Montage der Rollstuhl-Spannsysteme ist darauf zu achten, dass der Rollstuhl nicht beschädigt wird. Das Spannsystem darf nur an stabilen Rahmenteilen oder Verspannaufnahmen angeschlagen werden. **Folgende Rollstuhlelemente sind tabu:** Fußbrett, Greifreifen, Reifen, abnehmbare Teile, Vorderräder, Speichen, Steckachse und Schiebegriffe.

Mögliche Anschlagpunkte:

Vorne am Rollstuhl:



Hinten am Rollstuhl:



Rollstuhl-SUP – Sicherheitskonzept

2.9 Verhalten in Notsituationen

Was auch immer die Ursache für eine Notsituation sein mag, der wichtigste Grundsatz ist, dass man Ruhe bewahrt. Tief durchatmen und die Situation analysieren.

Das Brett nie verlassen! Es dient als Rettungsinsel und man wird deutlich besser gesehen.

Ist eine Selbstrettung nicht möglich, muss man beim Erkennen der Notlage rechtzeitig, konsequent und ununterbrochen ein Notsignal geben, bis man sicher ist das Hilfe unterwegs ist.

Hier hat man zwei Möglichkeiten:

1. Einen möglichst grellen Gegenstand in langsamen Kreisen schwenken (dies gilt im Bereich der BinSchStrO)
2. Die seitlich ausgestreckten Arme langsam, deutlich und wiederholt über den Kopf und wieder seitlich neben den Körper in die Waagerechte bringen (im Küstenbereich)

Wenn hingegen Hilfe geleistet werden muss, ist folgendes zu beachten. Man ist verpflichtet Hilfe zu leisten, jedoch ohne sich selbst in Gefahr zu bringen. Der Übungsleiter sollte ein Handy für den Notfall dabei haben.

3. Spezifische Sicherheitsaspekte

3.1 Einsatz von Schwimm- bzw. Rettungswesten

Bei allen Aktivitäten auf dem Rollstuhl-SUP sollten Schwimm- bzw. Rettungswesten getragen werden. Hierbei sollte beachtet werden, dass die Rollstuhlfahrer mit sogenannten **automatischen Rettungswesten** ausgestattet werden. Diese Westen bieten auf Grund ihrer Geometrie den Vorteil, dass der Teilnehmer ein hohes Maß an Bewegungsfreiheit und Sicherheit erlangt. Die Westen besitzen ein kleines Packmaß und lösen erst bei Wasserkontakt aus. Wichtig ist, dass die Westen auf das Körpergewicht der/des jeweiligen Teilnehmers/Teilnehmerin abgestimmt sind. *Folgendes Modell von einer **automatischen Rettungsweste** hat sich im Einsatz bewährt:*



Secumar – SECUFIT 150N



3.2 Trainern / Übungsleiter

Angebote auf dem Wasser für Menschen mit Behinderung jeglicher Art sollten nur mit speziell geschulten Trainern / Übungsleitern angeboten und durchgeführt werden. Es müssen immer zwei Trainer / Übungsleiter vor Ort sein. Einer der Beiden muss ein Rettungsschwimmer Abzeichen in Silber vorweisen können.

Rollstuhl-SUP – Sicherheitskonzept

3.3 Einsatz von Begleitbooten

Begleitboote bieten eine zusätzliche Sicherheit, sind jedoch nicht zwingend notwendig bei jedem Einsatz des Rollstuhl-SUPs. Der Einsatz muss auf die Trainings- bzw. Tourensituation angepasst werden. Bei wenig Erfahrung der Trainer / Übungsleiter und auch Teilnehmern kann das Begleitboot durchaus eine positive psychologische Wirkung haben.

3.4 Corona—Sicherheitskonzept

Solange das Corona Virus aktuell ist, muss für jede Veranstaltung bzw. jedes Programm ein Corona Sicherheitskonzept erarbeitet werden. Hier wird empfohlen, sich an den Hygieneplan des Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V. zu orientieren und zusätzlich dieses beim zuständigen Ordnungsamt einzureichen.

Text - Quellen: **VDWS** Instruktorausbildung (B8 SUP Sicherheit) / Nature-Guides GmbH

Zusammengefasst und Ansprechpartner:

Adrian Wachendorf

Mail: [sup\(at\)rollstuhlsport.de](mailto:sup(at)rollstuhlsport.de)

Telefon: 0159 0100 7757

Kooperationspartner:

